



BLAUW DRUK

*Richtlijnen voor intensieve
jongerencoaching*

Camiel Hageman
Nienke Boerma



BLAUW DRUK

*Richtlijnen voor intensieve
jongerencoaching*

Camiel Hageman
Nienke Boerma

INHOUD

Woord vooraf 7

Van de makers 9

Introductie 11

Hoofdstuk 1 Profielschets van de jongeren 15

Algemeen: wie zijn deze jongeren? 16

1.1 LVB-problematiek onder jongeren 17

1.2 Antisociaal gedrag 18

1.3 Wantrouwen 19

1.4 Motivatie 21

1.5 Risico- en beschermfactoren 22

1.6 Straatcultuur 23

1.7 GGZ-problematiek 24

1.8 Detentie 25

1.9 Jongeren en schema's 26

Hoofdstuk 2 Profielschets van de intensief jongerencoach 29

2.1 Basishouding 30

2.2 Limited Reparenting 31

2.3 Wees een rolmodel 33

2.4 Therapeutische relatie en vertrouwensband 34

2.5 Samenvattend: systematische zelfreflectie 36

Hoofdstuk 3 Aanpak in de praktijk 39

3.1 Oplossingsgericht coachen 40

3.2 LVB 41

3.3 Motiverende gespreksvoering 42

3.4 Veerkracht 43

3.5 Limited Reparenting 44

3.6 Presentiebenadering 45

Afsluitende boodschap 47

Literatuurlijst 48

Bijlagen

A Model van verandering: prochaska en diclemente 49

B Overzicht schema's Jeffrey Young 49

Colofon 50

WOORD VOORAF

Geef professionals de ruimte!

De intensieve jongerencoaching in de Rotterdamse wijkteams heeft een lange historie van opgedane ervaring en ontwikkeling. Momenteel uitgevoerd door de intensief jongerencoaches van de twee combinaties: WMO Radar (met Exodus en Futuro) & JOZ (met Enver).

Na het maken van de handreiking "Zo doen wij dat!", *methodische handreiking Intensieve Jongerencoaching (IJC)* startte de fase van de methodische implementatie, de zogenaamde steen in het water. Camiel en Nienke hebben de ruimte genomen hiermee aan de slag te gaan. Zij zijn de makers en vormen de bezieling achter deze blauwdruk.

Professionals werken met mensen en situaties met complexe problematiek. Het is voor stad en land een van de grote uitdagingen om hen daarin de ruimte te geven. Om die reden moeten vooral bestuurders, managers en ondersteunende diensten zich hard maken de systemen en werkprocessen meer dienstbaar en flexibel te maken. Dat maakt het immers voor de professionals mogelijk om, naast het bieden van perspectief en kracht, de mensen goed door de bureaucratieën heen te begeleiden. En we voorkomen daarmee tevens dat onnodige en onwerkbare drempels steeds opnieuw opdoemen. Voor organisatie én overheid, lokaal en landelijk is dit een grote en gezamenlijke opgave. Ook met dat in het achterhoofd kunt u deze blauwdruk lezen: hoe kunnen we verwachten dat de professionals het ongelofelijk complexe werk succesvol realiseren, als we met de systemen van organisaties en overheden niet meebewegen en verder ontwikkelen?

Deze blauwdruk gaat dus over meer dan richtlijnen voor het uitvoerende werk.

Laat u erdoor inspireren en maak bijvoorbeeld een afspraak om de mensen en het werk van de intensieve jongerencoaching in het echt te ontmoeten. U zult er bergen ingrediënten uithalen die niet alleen voor jongeren, maar zeker ook in de complexe problematiek van het werk met volwassenen openingen bieden.

Veel dank Camiel en Nienke voor jullie enorme inzet en toewijding. Dank ook aan de gemeente Rotterdam die breed inzet op het beleidsterrein van zorg en veiligheid voor de ingewikkelde problematiek van (risico)jongeren. Speciale dank voor de samenwerking in de pilot Totaalaanpak nazorg na (jeugd)detentie.

Lara van der Well
Directeur-bestuurder Exodus Zuid-Holland
www.exodus.nl



Gemeente Rotterdam

VAN DE MAKERS

Omdat iedereen een gelijke kans verdient

Met deze 'Blauwdruk; richtlijnen voor intensieve jongerencoaching' verbinden wij theorie en praktijk bij het werken met en het coachen van (risico)jongeren. Daarmee hopen we bij te dragen aan het efficiënter en effectiever begeleiden van deze doelgroep. We stelden dit document op vanwege een eigen behoefte aan diepgang en een meer methodische onderlegde werkwijze, maar zeker ook omdat die behoefte bij andere intensief jongerencoaches bestaat.

Deze blauwdruk ontstond als eindopdracht van Camiel voor zijn Master Youth At Risk, die hij volgde aan de Universiteit van Amsterdam. In de eerste fase van de ontwikkeling van de blauwdruk las professor Geert-Jan Stams mee. Later las ook een gedragswetenschapper vanuit de gemeente Rotterdam mee. Om een betrouwbaar theoretisch kader neer te zetten, gebruikten we wetenschappelijke theoriën en empirische onderzoeken. Deze theoriën toetsten we vervolgens bij collega-intensief jongerencoaches om te achterhalen of deze theoriën in de praktijk toepasbaar, effectief en haalbaar zijn. Zo willen we voorkomen dat theoriën alleen in de kunstmatige setting en op stoffig papier toepasbaar zijn, zonder dat zij werkelijk in het echte werk passen.

We zijn beiden ambitieus en gedreven om jongeren (en intensief jongerencoaches) zo goed mogelijk ondersteuning te bieden. Daarnaast werken wij vanuit een sterk rechtvaardigheidsgevoel en met het idee dat iedereen een gelijke kans verdient. We deden ons uiterste best om de blauwdruk zo betrouwbaar en bruikbaar mogelijk te maken, en zijn dan ook trots op het resultaat. Omdat er altijd ruimte voor herziening en verbetering is, staan wij open voor feedback. Daarom kun je deze blauwdruk als een dynamisch document beschouwen dat we in de loop van de tijd zullen actualiseren en bijschaven.

Met veel genoegen is dit document gerealiseerd. We hopen dat jullie het met net zo veel plezier lezen. Daarnaast hopen we dat deze blauwdruk, in welke mate dan ook, voor iedereen kennis, diepgang en/of handvatten oplevert.

Camiel Hageman en Nienke Boerma*
03-02-2021, Rotterdam

* Camiel en Nienke werken bij Exodus Zuid-Holland als intensief jongerencoach in twee wijkteams van de gemeente Rotterdam; Camiel in wijkteam Kralingen/Crooswijk, Nienke in wijkteam Hillesluis. Camiel heeft een bachelor in Pedagogische Wetenschappen, de Master Youth At Risk. Ook is hij hoofdvoetbaltrainer 'Alleen Jij Bepaalt'. Nienke studeerde af als sociaal pedagogisch hulpverlener en psychosociaal therapeut.

INTRODUCTIE

Zelf punten in je eigen wedstrijd scoren

Het werken met (risico)jongeren is essentieel voor de samenleving. Het is een moeilijk en complex vakgebied. Om die reden biedt deze blauwdruk handvatten aan iedereen die met en rondom jongeren werkt. Handvatten om dit belangrijke werk zo efficiënt mogelijk te kunnen uitvoeren. Omdat dit werk zo complex is, is er niet één manier en ook zeker niet één juiste manier. Daarom noemen we dit document een blauwdruk. Het geeft eerder richtlijnen en overzicht dan een uitgestippeld stappenplan.

Reacties uit de praktijk

Omdat zij dicht bij de praktijk staan en ook weten wat er nog mist, vroegen wij diverse jongerencoaches mee te denken. Zij lazen het concept van deze blauwdruk en gaven daarop hun feedback. De ontwikkeling van de blauwdruk was in eerste instantie gericht ter ondersteuning en onderbouwing van de werkwijze van de intensief jongerencoach binnen de pilot Totaalaanpak nazorg na (jeugd)detentie, uitgevoerd binnen de gemeente Rotterdam. Binnen deze pilot wordt aan jongeren intensieve jongerencoaching aangeboden voor de duur van drie jaar en met een intensiviteit tot acht uur per week aan contactmomenten. De doelgroep van deze pilot bleek anders dan de reguliere casussen van de intensief jongerencoach.

Doelgroep breder getrokken

Naast het feit dat de problematiek complexer bleek dan aanvankelijk gedacht, vroeg ook de intensiteit van de contactmomenten om een specifieke aanpak van de intensief jongerencoach. Naarmate de blauwdruk verder werd ontwikkeld, kozen we ervoor om de doelgroep breder te trekken dan alleen die voor de pilot Nazorg na (jeugd)detentie. Daarmee is de inhoud van de blauwdruk aangepast naar het aanbieden van handvatten en methodische werkwijzen voor iedereen die in het sociale domein en met (risico)jongeren werkt.

Handvatten en tips bieden

Met deze blauwdruk willen we richtlijnen bieden hoe je zo effectief mogelijk de doelgroep van de intensief jongerencoach kunt coachen. Effectief coachen betekent in dit geval dat de jongeren handvatten en tips krijgen om zelfredzaam te worden en bijvoorbeeld niet te recidiveren. Onder meer veerkrachtig worden, maar ook meer veerkracht in het netwerk van de jongere¹ realiseren, kunnen belangrijke subdoelen zijn om ervoor te zorgen dat jongeren niet recidiveren. Het netwerk veerkrachtig maken is een lastige taak voor de intensief jongerencoach, maar kan bereikt worden door het inzetten van een zelf ingebrachte mentor uit het netwerk en het betrekken van naasten van de jongere in het proces. Verder wordt bijvoorbeeld gebruikgemaakt van de motiverende gesprekstechniek, waarbij ongemotiveerde cliënten in hun interne motivatie worden geprikkeld. Dit blijkt ook een belangrijke techniek bij deze doelgroep, bij wie soms weinig motivatie te vinden is. Vaak juist door angst en andere negatieve attributies. Het is aan de intensief jongerencoach om deze negatieve patronen te doorbreken.

Netwerk veerkrachtig maken

Naast deze persoonlijke benaderingen geven we ook richtlijnen om het netwerk positief te stimuleren en veerkrachtig te maken. Alle richtlijnen vormen een blauwdruk (een eerste

1 - Daar waar we in deze brochure 'jongere' schrijven en verwijzen naar 'hem' bedoelen we ook 'haar'.

ontwerp) voor effectieve (intensieve) coaching en kun je inzetten bij andere vormen van werken met jongeren. De blauwdruk biedt houvast bij het laagdrempelig begeleiden van jongeren met weinig gedragsproblemen tot intensieve coaching van (ex-)gedetineerden met multiproblematiek.

Krachten bundelen

Deze blauwdruk brengt evidence-based practice en practice-based evidence bij elkaar. Evidence-based practice zijn wetenschappelijk bewezen theoriën die je mogelijk in de praktijk kunt inzetten. Practice-based evidence zijn op de praktijk gebaseerde theoriën. Door zo veel mogelijk evidence-based theoriën en empirische onderzoeken te gebruiken, probeerden we de krachten te bundelen van bewezen effectieve strategieën en de kennis van jongerencoaches rondom het werken met (risico)jongeren. Om op die manier de jongerencoaching zo efficiënt mogelijk te laten verlopen.

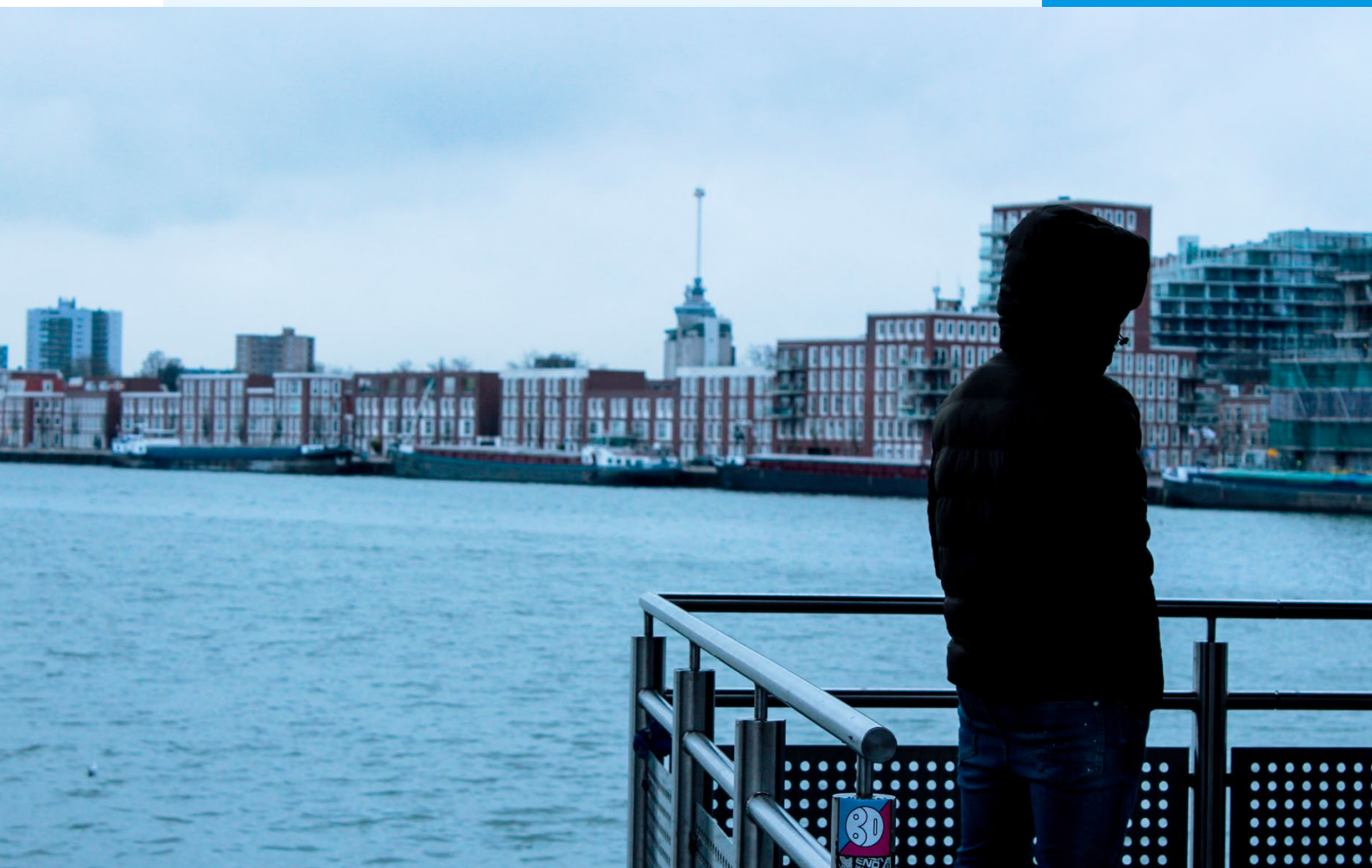
Onvoorwaardelijke steun

Naast de praktische en wetenschappelijke theoriën is de onvoorwaardelijke steun van de intensief jongerencoach aan de jongere misschien wel het allerbelangrijkste. Dit is onderdeel van het concept 'Limited Reparenting', bekend uit schematherapie. Vertrouwen, veiligheid en onvoorwaardelijke liefde zijn vaak juist wat deze jongeren missen, iets wat waarschijnlijk een van de meest primaire sociale behoeftes zijn van de mens (Bowlby, 1979). Juist daarom hebben deze jongeren extra steun nodig. Deze essentiële basishouding wordt, samen met het concept Limited Reparenting, uitgewerkt. Naast bepaalde gesprekstechnieken en persoonsbenaderingen moet de coach vooral onvoorwaardelijke steun bieden om de jongeren zich gesteund te laten voelen en zichzelf te laten accepteren. Van hieruit kun je verder werken om de jongeren zelfredzaam te maken, om recidive te voorkomen en om problemen op verschillende leefgebieden te reduceren.

Successen behalen

Deze jongeren beginnen de wedstrijd - 'het leven' - soms met een 3-0 of 10-0 achterstand. Net als bij sport zorgt een coach ervoor dat het team sterk wordt en dat de individuele spelers zelf kunnen scoren en zo de wedstrijd kunnen winnen. In het geval van de intensieve jongerencoaching is de intensief jongerencoach de coach van het team. Hij zorgt ervoor dat het netwerk en de jongere, het team, sterker wordt. Dit doet hij door de individuele spelers die hij begeleidt - de jongeren - zelf te leren scoren. Dit scoren wordt in de context van de intensieve jongerencoaching gezien als het opdoen van positieve levenservaringen en het behalen van successen. Daarbij beoogt de coach dat de jongere de wedstrijd gaat winnen: dus veerkrachtig wordt, criminaliteit weerstaat, zelfstandig wordt, een positief zelfbeeld krijgt en vooral gelukkig wordt. Jongeren zullen het zelf moeten doen. Ze moeten zelf scoren en zelf winnen, maar een intensief jongerencoach kan hen zo goed mogelijk stimuleren dit mogelijk te maken. Laten wij (hulpverleners, zorgwerkers, jongerenwerkers en intensief jongerencoaches) ons uiterste best doen om deze jongeren zelf punten in hun eigen wedstrijd te laten scoren.





HOOFDSTUK 1

Profielschets van de jongeren

Dit hoofdstuk geeft een schets van de jongeren waarmee de intensief jongerencoach te maken heeft. Op basis van literatuur en vanuit de praktijk zijn de belangrijkste begrippen in dit hoofdstuk meegenomen. Met behulp van dit hoofdstuk kun je als intensief jongerencoach patronen van jongeren sneller herkennen en mogelijk meer begrip ontwikkelen voor hun gedrag en de keuzes die zij maken. Met meer begrip voor de jongeren kun je effectiever werken, omdat er eerder een positievere benadering plaatsvindt. Tot slot is deze profielschets bedoeld om ervoor te zorgen dat je als intensief jongerencoach efficiënter kunt bedenken welke gesprekstechniek en aanpak nodig is om jongeren effectiever te coachen.

Algemeen: wie zijn deze jongeren?

Voordat we ingaan op een schets van kenmerken van de doelgroep die we regelmatig terugzien in de caseload van de intensief jongerencoach, willen we eerst een meer algemeen beeld geven van de doelgroep waar de intensief jongerencoach mee te maken heeft.

De intensief jongerencoach werkt vaak met jongeren van 16 tot en met 27 jaar bij wie er sprake is van multiproblematiek. Deze problematiek kenmerkt zich door instabiliteit of problemen op verschillende leefgebieden. Denk aan problemen rond huisvesting, financiën, school, werk, dagbesteding, vrijetijdsbesteding en geestelijke gezondheid. De situatie waarin zij zich bevinden, beperkt hun zelfstandig functioneren.

Uniek met eigen talenten en kwaliteiten

Er valt geen 'type' te geven van deze jongeren; zij zijn als persoon uniek en hebben (naast beperkingen) allemaal hun eigen talenten en kwaliteiten. Sommige jongeren komen uit een 'veilig' nest, maar namen door bepaalde omstandigheden net de verkeerde afslag. Anderen zijn bezig zichzelf in de wereld te zetten en werken hard om hun zelfstandigheid te vergroten, maar hebben toch kort het juiste steuntje in de rug nodig. Ook zijn er jongeren die een lange geschiedenis kennen van hulpverlening, daar altijd tegenaan hebben getrapt en die nu beseffen toch baat te hebben bij die hulp. Of jongeren die dat besef nog niet helemaal hebben.

Leren van de jongeren

Binnen deze uiteenlopende groep van jongeren zitten jongeren die kwetsbaar zijn, die een grote dosis humor hebben of die het eigenlijk wel zelf kunnen, maar vooral even de aanmoediging nodig hebben. De groep toont ook jongeren die je weg willen duwen of die juist dankbaar zijn. Jongeren die het, ondanks de aangereikte handen, niet lukt om deze hulp te pakken. Jongeren die successen vinden in het kleine en jongeren die soms toch bewust voor de linkseweg kiezen, terwijl we zo ontzettend hopen dat ze rechts nemen. Al deze jongeren hebben, net al ieder mens, hun eigen karakter en gebruiksaanwijzing. Laat je daarin meenemen en verrassen. En laten we bovenal van hen leren, op welke wijze dan ook.

*Deze jongeren zijn uniek
en hebben allemaal hun
eigen talenten en kwaliteiten*

1.1 LVB-problematiek onder jongeren

(NJI, 2015; SJI, 2019)

Wat zegt de literatuur?

Zowel jongeren uit de reguliere doelgroep van de intensief jongerencoach als jongeren uit de pilot maakten vaak één of zelfs meer negatieve 'life events' mee. In veel gevallen is er sprake van een verstoring in de hechting. Ze hebben vaak geen diploma, zijn erg wantrouwend en hebben dikwijls ook een licht verstandelijke beperking (LVB). Dit blijkt zowel uit literatuur (Jongman, 2016) als in de praktijk (volgens de intensief jongerencoaches). Dit kan het werken met deze jongeren extra lastig maken. Zo kan een licht verstandelijke beperking om veel specifieke zorg vragen. Een licht verstandelijke beperking betekent dat een jongere een IQ heeft van tussen de 50 en 85 (waar het gemiddelde rond de 100 ligt) en moeite heeft met het sociaal aanpassingsvermogen (Zoon, 2012). Omdat deze jongeren communicatieproblemen hebben en het oplossen van sociale problemen lastig vinden, kunnen zij verkeerd worden ingeschat en kan het voor een intensief jongerencoach lastig zijn om bij deze jongere aan te sluiten.

17

Wat toont de praktijk?

Jongeren die dit gedrag laten zien...

- hebben moeite met onderscheiden van hoofd- en bijzaken;
- overzien oorzaak en gevolg niet (lange en korte termijn consequenties);
- hebben moeite met empathie;
- hebben een afwijkende sociale informatieverwerking;
- zijn gevoelig voor de mening van anderen en hebben juist behoefte aan goedkeuring van leeftijdsgenoten;
- hebben een beperkt ontwikkeld geweten;
- en hebben beperkte executieve functies (focussen, werkgeheugen, organiseren, plannen) (NJI, 2015; SJI, 2019).

Al deze kenmerken kunnen bijdragen aan extra problematiek voor deze jongeren. Naast mogelijke trauma's en stress na een detentieverleden, kunnen jongeren dus moeite hebben met meerdere sociale en communicatieve aspecten. Hierdoor kan het voor deze jongeren extra moeilijk zijn om in het keurslijf van de maatschappij te passen. Dit zorgt er ook voor dat mensen hen verkeerd begrijpen en inschatten. Voor een intensief jongerencoach is het daarom soms ingewikkeld om begrip te hebben voor de 'foute' en 'ondoordachte' keuzes die deze jongeren af en toe maken. Met een licht verstandelijke beperking kan het tevens moeilijker zijn om verstandig te handelen. Dit heeft te maken met het niet overzien van lange en korte termijn consequenties. Ben je je als intensief jongerencoach bewust van het feit dat veel van deze jongeren een licht verstandelijke beperking hebben, dan kun je meer geduld en extra begrip voor deze jongeren ontwikkelen. En dat is essentieel om jongeren met een licht verstandelijke beperking op een effectieve manier te begeleiden en te begrijpen. Vooral dit laatste richt zich op het aanpassen van de begeleiding: meer visueel maken, taal aanpassen, werken in kleine stappen en zaken los van elkaar behandelen.



Praktische handvatten!

Hoofdstuk 3 bevat praktische handvatten over wat effectief blijkt in het werken met licht verstandelijk beperkte jongeren. Lees hiervoor zeker Oplossingsgericht werken (3.1) en Werken met LVB (3.2).

1.2 Antisociaal gedrag (Jongman, 2016)

Wat zegt de literatuur?

Jongeren die in jeugd detentie verblijven, blijken vaak antisociale trekken te vertonen (Jongman, 2016). Antisociaal gedrag kun je omschrijven als 'je niet aan de regels houden' en kenmerkt zich vaak door impulsiviteit en agressief gedrag (APA, 2014). Dit is iets wat bijvoorbeeld pubers veel doen. Bij jongeren onder de 18 jaar wordt dit gedrag vaak gezien bij en gediagnosticeerd als CD (conduct disorder) of ODD (oppositional defiant disorder). Wanneer jongeren dit gedrag na hun 18e nog steeds in sterke mate laten zien, kun je eventueel spreken van een antisociale persoonlijkheidsstoornis.


Verstoorde of onveilige hechting

Iemand kan trekken hebben van antisociale persoonlijkheidsproblematiek. Het kan ook zijn dat er aanleg is voor het ontwikkelen van een antisociale persoonlijkheidsstoornis. Daarnaast zijn er wetenschappelijke aanwijzingen voor afwijkingen in de hersenen die ervoor zorgen dat er een verstoring is in de delen die het agressieve stuk besturen, waaronder een beschadiging aan de prefrontale cortex (voorste deel van onze hersenen) (Swaab, 2016). Ook heeft dit voor een deel te maken met temperament en omgeving. Vaak komt het gedrag voort uit een verstoorde of onveilige hechting. Dit kan ontstaan zijn door verwaarlozing, geweld en/of mishandeling in het gezin (Jongman, 2016).

Wat toont de praktijk?

Jongeren die dit gedrag laten zien...

- houden zich moeilijk aan de regels;
- hebben een slecht inlevingsvermogen;
- zijn impulsief en kunnen niet 'vooruit' plannen;
- zijn oneerlijkheid en liegen veel;
- hebben geen spijtgevoelens;
- nemen geen verantwoordelijkheid;
- zijn prikkelbaar en agressief;
- en hebben een sterke behoefte aan autonomie.



*Hou van me als ik 't het
minst verdien, dan heb
ik dat het meest nodig*

Het lastige aan antisociaal gedrag is dat er overlap is met een licht verstandelijke beperking. Daarom is het ook meteen duidelijk dat het niet zwart of wit is. Het onderscheid tussen licht verstandelijke beperking en antisociaal gedrag is in grote lijnen dat er bij antisociaal gedrag regelmatig sprake is van het schenden van rechten van anderen, het overtreden van de wet en het gebrek aan respect voor de ander. Deze jongeren worden in de praktijk ook wel gezien als de 'moeilijke' jongeren, omdat zij zich niet houden aan afspraken, moeilijk luisteren naar aansturing en hun eigen plan trekken.

Specialisten betrekken

Regelmatig gebruiken deze jongeren smoesjes om op het laatst onder hun afspraak uit te komen. Of ze vertellen, als dit hun uitkomt, een ander verhaal dan hoe iets werkelijk is gegaan. Tegelijkertijd zien we ook dat deze jongeren juist baat hebben bij betrokkenheid van een intensief jongerencoach die hen helpt bij het inbedden van structuur en duidelijkheid in hun leven. Tot slot zien we dat antisociaal gedrag veel voorkomt in combinatie met middelenmisbruik, psychoses en ADHD. De problematiek wordt hierdoor meer complex en versterkt. Voor alle bijkomende problematieken is het van essentieel belang dat je deze problematiek met collega's en de gedragswetenschapper bespreekt. Voor zowel middelenmisbruik en psychoses als ADHD adviseren we doorverwijzing naar en/of het betrekken van specialisten.



Praktische handvatten!

Hoofdstuk 3 bevat praktische handvatten over wat effectief blijkt in het werken met antisociaal gedrag. Lees hiervoor *Limited Reparenting* (3.5).

1.3 Wantrouwen (Jongman, 2016; Van Strijen, 2009)

Wat zegt de literatuur?

Veel jongeren kunnen erg wantrouwend zijn. Ze hebben de overtuiging dat anderen hen uiteindelijk zullen bedriegen of vernederen (Jongman, 2016). Volgens hen is dit wantrouwen geheel terecht. Ze denken dat de hele wereld tegen hen is. Vaak zijn deze jongeren vroeger in de steek gelaten, zijn ze bedrogen of zijn ze misbruikt. Het wantrouwen komt meestal voort uit de angst dat dit opnieuw gebeurt. Of het wantrouwen terecht is of niet doet er eigenlijk niet toe, voor de jongeren is het echt en ook zeker terecht (Van Strijen, 2009).

Lastig te doorbreken

Wantrouwen kan tot een vicieuze cirkel leiden, omdat een benadering met wantrouwen afwijzend overkomt. Daardoor kan een reactie volgen waarin mensen inderdaad met minder respect en meer afwijzing reageren. Jongeren met veel wantrouwen schieten vaak in hun schema van wantrouwen en benaderen mensen bijna per definitie met wantrouwen. Dit is vaak al heel vroeg ontstaan en is daarom extreem moeilijk te doorbreken (Jongman, 2016).

Overlevingsstrategie

Er is vrijwel altijd een reden te vinden waarom iemand 'niet te vertrouwen' is. Als mensen iets beloven, maar dit niet (kunnen) nakomen, kan een jongere dat al zien als een sterke vorm van afwijzing. Jongeren hebben dit wantrouwen dus als een overlevingsstrategie om afwijzing te voorkomen. Het is belangrijk om te beseffen dat dit wantrouwen niet persoonlijk is en eerder een vorm is van onzekerheid en angst (van Strijen, 2009). Dit zal het gedrag van de jongere niet veranderen, maar het zal wel zorgen dat zijn gedrag beter begrepen wordt en er een effectievere communicatie ontstaat.

Wat toont de praktijk?

- Veel jongeren hebben vaak een sterk wantrouwen naar alles en iedereen.
- Dit is niet persoonlijk, maar eerder een overlevingsstrategie.
- Vaak komt dit voort uit angst en onzekerheid.

Het begrip wantrouwen kun je soms verwarren met een gezonde voorzichtigheid. Als een jongere bij je op gesprek komt, vraagt dit veel van hem of haar. Hij of zij moet zich immers kwetsbaar opstellen. Het is goed om je daar bewust van te zijn. Naast die gezonde voorzichtigheid zijn er ook jongeren die met een chronisch gevoel van wantrouwen kampen, vaak gebaseerd op vroegere (kind)ervaringen en soms ook heel terecht.

Zonder oordeel luisteren

Het kan helpen het wantrouwen te doorbreken als je zonder oordeel naar het verhaal van de jongere luistert en hem de ruimte geeft om ervoor te kiezen bepaalde vragen wel of niet te beantwoorden. De kunst is om niet in de cirkel van wantrouwen van de jongere te stappen. Zoals hierboven beschreven zal de jongere er alles aan doen om een reden te vinden je niet te hoeven vertrouwen, zoals het verdraaien van wat je hebt gezegd of zijn problematiek op de ander te projecteren. Schrijf afspraken op, wees transparant en sta naast de jongere.

20



Praktische handvatten!

Hoofdstuk 3 bevat (meer) praktische handvatten over wat effectief blijkt in het werken met jongeren waarbij sprake is van veel wantrouwen. Lees hiervoor Motiverende gespreksvoering (3.4) en Veerkracht (3.4). Lees ook in hoofdstuk 2 Systematische zelfreflectie (2.6).

*Het is de uitdaging de jongere
uit te lokken tot verandertaal*

1.4 Motivatie (Jongman, 2016; Koestner, 2006)

Wat zegt de literatuur?

Binnen de doelgroep van de intensief jongerencoach is het vaak moeilijk in te schatten of jongeren wel of niet gemotiveerd zijn om te veranderen. De ene dag zijn ze heel erg gemotiveerd en willen ze hun leven beteren, de andere dag zijn ze opeens helemaal niet bezig met veranderen en is hun motivatie volledig weg. Dit komt veel voor bij 'veelplegers' (Jongman, 2016). Het kan lastig zijn om hiermee te werken, omdat de inzet van de intensief jongerencoach niet altijd tot de gewenste acties leidt. Daarnaast is motivatie een essentiële factor voor vooruitgang in het veranderingsproces van de jongere (Koestner et al., 2006). De wisseling in motivatie van de jongere heeft vaak te maken met de afleiding van wat er om hem heen gebeurt. Meestal hebben jongeren te maken met sterke invloeden van vrienden, familie en school, met dingen die op straat gebeuren en met verslaving (Jongman, 2016).

Wat toont de praktijk?

- Veel jongeren hebben vaak een zeer wisselende motivatie.
- Vaak spelen veel externe factoren een rol.
- Het gaat om geduld en begrip.

Er is een verschil in externe en interne motivatie. Soms is er eerst een externe motivatie nodig om de interne motivatie aan te laten gaan. Vrienden kunnen de jongeren terug de criminaliteit inlokken. Ze kunnen druk voelen om snel geld te verdienen, om zo bijvoorbeeld hun schulden te betalen. Naast de druk die zij vanuit andere voelen, beschikken zij over onvoldoende capaciteiten om in te schatten wat op de lange en korte termijn consequenties zijn van hun eigen gedrag. Soms hebben ze al zoveel geprobeerd om te veranderen - zonder succes overigens - dat ze moedeloos worden en hun motivatie verliezen.

Kleine doelen stellen

Opnieuw gaat het hier allereerst om geduld en begrip. Om van daaruit een aanpak te kiezen die zorgt voor verhoging van de intrinsieke motivatie. Als intensief jongerencoach is het goed om er rekening mee te houden dat motivatie bewegelijk en veranderbaar is. Waar een jongere de ene dag erg gedemotiveerd kan zijn, kan hij de andere dag zijn motivatie weer herpakt hebben. Soms zitten hier langere periodes tussen. Ook dan is het belangrijk met de jongere contact te houden. Als intensief jongerencoach is het de uitdaging de jongere te blijven bevragen en hem uit te lokken tot verandertaal, afhankelijk van de fase waarin hij zich bevindt. Zie voor de fasen van verandering het model in de bijlage ('Het Model van Verandering', Prochaska en DiClemente). Het ervaren van kleine successen kan een grote bijdrage leveren aan het verstevigen van motivatie tot verandering. Daarin is het belangrijk kleine doelen op korte termijn te stellen, zodat er sneller succeservaringen worden opgedaan.



Praktische handvatten!

Hoofdstuk 3 bevat praktische handvatten over wat effectief blijkt in het werken gericht op de motivatie van jongeren. Lees hiervoor *Motiverende gespreksvoering* (3.3) en *Presentiebenadering* (3.6).

1.5 Risico- en beschermfactoren (Spruit et al., 2018)

Wat zegt de literatuur?

De jongeren uit de pilot hebben vaak te maken met talloze, elkaar beïnvloedende risicofactoren voor het ontwikkelen van jeugd-delinquentie (Spruit et al., 2018). Dit maakt het interveniëren bij deze jongeren extra lastig, omdat het moeilijk te bepalen is welke risicofactoren deze jongeren het sterkst negatief beïnvloeden. Daarnaast kunnen de risicofactoren zich bevinden op individueel, sociaal, familiair en zelfs maatschappelijk niveau. Vaak stapelen risicofactoren zich op omdat één risicofactor ervoor zorgt dat er een grotere kans is op een volgende. Zo zorgt een tweede ervoor dat er nog een grotere kans is op een derde enzovoorts. Aan de hand van onderzoek blijken de risicofactoren hiernaast vooral sterkte negatieve invloed te hebben op de ontwikkeling van risicogedrag (Assink et al, 2015; NJI).

1. Criminele geschiedenis (statisch)
2. Neurologische ontwikkeling (statisch)
3. Agressie (dynamisch)
4. Emotionele/gedragsproblemen (dynamisch)
5. Alcohol-/drugsmisbruik (dynamisch)
6. Criminele/onveilige familie (statisch/dynamisch)
7. Geen school/werk (dynamisch)
8. Criminele/onveilige buurt (soms dynamisch)

Wat toont de praktijk?

In het werken met jongeren uit detentie kan het bruikbaar zijn om een analyse van risico- en beschermfactoren te maken, waar de jongere mee van doen heeft. Daarbij is het belangrijk om te bepalen welke factoren statisch en welke factoren dynamisch zijn. Aan iemands geschiedenis kunnen we niets veranderen en wie iemands familie is kan niet aangepast worden. Wel kunnen we veranderen hoe we tegen het verleden aankijken en hoe we met familie omgaan. Ook kunnen factoren op het eerste gezicht dynamisch lijken en voor de meesten dynamisch zijn, maar toch voor de jongere als statisch voelen. Zo kan de buurt en de vrienden waarmee een jongere opgroeit theoretisch gezien aangepast worden, maar kan een jongere soms niet zomaar uit zijn buurt verhuizen en zijn vrienden opgeven. Hier is het dus vooral van belang om goed te beseffen waar je als intensief jongerencoach energie in moet steken. Als een factor werkelijk dynamisch is, kun je hier meer aandacht aan besteden dan wanneer een factor statisch is. Verder is het belangrijk te beseffen dat er ook beschermende factoren zijn en dat er dingen wel goed gaan en waar je juist aandacht aan kunt besteden, omdat dit kan 'compenseren' voor de risicofactoren.

Focus om mogelijke verandering

Als intensief jongerencoach is het dus belangrijk om samen met de jongere te focussen op risico- en beschermende factoren die te veranderen te zijn. Bij jongeren die onder toezicht staan van (jeugd)reclassering is er vaak een risicotaxatie gedaan. Die geeft inzicht op risico- en beschermende factoren en biedt handvatten voor het voorkomen van recidive.

Mogelijke beschermende factoren zijn:

- sociale vaardigheden;
- naar school/werk;
- talent voor sport;
- wees en biedt steunfiguur;

- vrijetijdsbesteding;
- sociale binding;
- betrokkenheid (familie, school, gemeenschap);
- positieve identiteit.



Praktische handvatten!

Verderop vind je praktische handvatten over wat effectief blijkt in het werken met jongeren die veel gedrag uit straatcultuur laten zien. Naast extra aandacht voor de Basishouding (2.1) sluit Oplossingsgericht coachen (3.1) en Presentiebenadering (3.6) hier ook goed bij aan.

1.6 Straatcultuur (Strijen, 2009)

Wat zegt de literatuur?

De jongeren waar een intensief jongerencoach mee te maken heeft, zijn vaak verbonden aan een straatcultuur. Of ze zijn eraan verbonden geweest. De kenmerken van straatcultuur worden door de jongeren als voordelig en waardevol gezien. Daarom kiezen zij ervoor om zich aan deze cultuur te conformeren (van Strijen, 2009). Ook al bevinden jongeren zich niet meer werkelijk veel op straat, sommige normen en waarden van de straatcultuur zullen ze nog steeds hebben. Daarnaast kunnen ze vrienden hebben die nog wel sterk geconformeerd zijn aan de straatcultuur.

Wat toont de praktijk?

Jongeren die dit gedrag laten zien...

1. hebben een masculiene cultuur. Vaak is er sprake van prestatiedrang en is er veel onderlinge competitie en assertiviteit;
2. zijn wantrouwend;
3. zijn loyaal naar hun eigen groep;
4. zetten zich af tegen de burgercultuur. Het is voor de jongeren vaak gewoonte om zich af te zetten tegen school, werk, politie, gemeente;
5. hechten hoge waarde aan het hebben en krijgen van respect;
6. hebben vaak het gevoel underdog te zijn: iedereen is tegen ons;
7. hechten hoge waarde aan eergevoel; in de straatcultuur staat eer hoger dan eerlijkheid;
8. doen alles om te overleven. Vaak zien ze de dingen die ze doen als een manier om te overleven. Soms is dit letterlijk het geval en lijken criminele activiteiten geoorloofd.

*Een intensief jongerencoach
moet kennis hebben van
straatcultuur*

Zoals uitgelegd, zien we in de praktijk dat onze doelgroep veel met straatcultuur te maken heeft. Een intensief jongerencoach moet daarom kennis hebben van straatcultuur. Dat betekent niet dat een intensief jongerencoach ook zelf in de straatcultuur zit, maar eerder dat hij de taal kan spreken en begrijpen. We zien in de praktijk dat jongeren zelf kunnen switchen in hun woordkeuze en minder straattaal kunnen spreken als zij dat willen. Het gaat dus juist om het bewustzijn van het verschil tussen de straatcultuur en niet-sstraatcultuur. De intensief jongerencoach kan hierin afwisselen en leert de jongere dat hij/zij dit ook kan.

Normen en waarden

Wel is het belangrijk te beseffen dat straatcultuur, evenals bij andere culturen, diep ingebed kan zitten in de persoonlijkheid van de jongere. Daarom is het belangrijk om met de jongere over zijn normen en waarden in gesprek te gaan. Op die manier kun je achterhalen waarin je elkaar kunt vinden. Ga ook na welke zaken wettelijk wel of niet kunnen.



Praktische handvatten!

Hoofdstuk 3 bevat praktische handvatten over wat effectief blijkt in het werken met jongeren waarbij sprake is van GGZ-problematiek. Zie hiervoor *Oplossingsgericht coachen* (3.1) en *Presentiebenadering* (3.6).

1.7 GGZ-problematiek

Wat zegt de literatuur?

Uit de literatuur blijkt dat bij jongeren vooral stemmingsstoornissen, eetstoornissen en verslaving voorkomen. Daarnaast kunnen er stoornissen plaatsvinden op het gebied van onder meer gedrag, concentratie, impulsiviteit en angst. We spreken van een stoornis of psychopathologie als:

- de jongere moeilijk te corrigeren is;
- het niet passend is bij de ontwikkelingsleeftijd;
- het algemeen functioneren wordt beïnvloed;
- als het kind en/of de omgeving eraan lijdt;
- en als het de ontwikkeling mogelijk doet stagneren.

Niet bij iedere jongere die de intensief jongerencoach begeleidt is er sprake van GGZ-problematiek. Toch is er een grote groep jongeren waarbij er naast de multiproblematiek ook sprake is van GGZ-problematiek. GGZ staat voor geestelijke gezondheidszorg en duidt op een psychiatrische stoornis. Wanneer een jongere GGZ-problematiek heeft, betekent dit bijvoorbeeld dat hij of zij autistische trekken heeft, psychotische tekenen vertoont of depressieve gedachten heeft. Het is aan de intensief jongerencoach (meestal) niet de taak om actief bezig te zijn met een achterliggende stoornis; hij is immers geen behandelaar. Wel wordt in de literatuur duidelijk dat psycho-educatie (het uitleggen van de stoornis aan de jongere zelf) helpend is voor de jongere (Rigter, 2016). Daarom is het belangrijk dat de intensief jongerencoach wel bewust is van een eventuele stoornis en het hier ook open en eerlijk met de jongere over kan hebben.

Wat toont de praktijk?

Bij de jongeren uit de doelgroep van de intensief jongerencoach zien we in de praktijk regelmatig dat er sprake is van één of meerdere stoornissen. Ondanks dat een intensief jongerencoach geen behandelaar is op dit gebied, is het van belang dat hij weet hoe om te gaan met jongeren met een stoornis. Allereerst is het goed te beseffen dat het niet onze

taak is de stoornis te behandelen. Wel kan de intensief jongerencoach in sommige gevallen een jongere naar een psycholoog of praktijkondersteuner bij een huisarts (POH) doorverwijzen. Of hij kan met een GGZ-specialist in de casus optrekken. Het is voor de intensief jongerencoach dus essentieel om te weten of een jongere een stoornis heeft, gediagnosticeerd of niet.

Wel aan de orde stellen

Samengevat kun je als intensief jongerencoach het open en eerlijk hebben over de eventuele stoornis. Je kunt de jongere vragen hoe hij het ervaart en of de stoornis hem belemmert. Vraag ook of hij hulp nodig heeft en of hij al hulp heeft gezocht. Vervolgens kan hij een inschatting maken of doorverwijzing wenselijk is. Je kunt eventueel met een GGZ-specialist vanuit het wijkteam optrekken om samen een inschatting te maken. Bijvoorbeeld door samen een gesprek te voeren. Zorg er altijd voor dat de GGZ-problematiek met de gedragswetenschapper wordt besproken. Tot slot is het belangrijk om te weten dat bij jongens en meisjes GGZ-problematiek zich anders kan uiten. Het is belangrijk dat de intensief jongerencoach zich hiervan bewust is en hier rekening mee kan houden.



Praktische handvatten!

Hoofdstuk 3 bevat praktische handvatten over wat effectief blijkt in het werken met jongeren waarbij sprake is van GGZ-problematiek. Zie hiervoor Oplossingsgericht coachen (3.1) en Presentiebenadering (3.6).

1.8 Detentie

Wat zegt de literatuur?

Intensief jongerencoaches krijgen regelmatig te maken met jongeren die in detentie hebben gezeten. Het is voor deze jongeren erg belangrijk om weer op het rechte te pad te komen. Daarom kunnen zij vaak een intensief jongerencoach goed gebruiken. Helemaal omdat na het 'binnen zitten' een moeilijke periode komt, waarin jongeren vaak in een gat vallen. Zij gaan van een extreem gestructureerd leven naar een vrij leven met alle verleidingen van dien.

Burgerschap vergroten

Deze jongeren staan voor de opgave een zingevend bestaan op te bouwen en een plek in de maatschappij te vinden. In het boek *Krachtwerk* benoemt Wolf (2012) burgerschap als een van de pijlers van participatie en zelfregie. Formeel burgerschap gaat daarbij over rechten en plichten van burgers die formeel en juridisch hetzelfde zijn. Normatief burgerschap gaat over de vraag wat je van burgers mag verwachten en welke bijdrage zij aan het collectief leveren. Als begeleider is het de taak om de jongeren hierin te ondersteunen en te begeleiden. Dat houdt enerzijds in dat de jongere (met bijhorende beperkingen) wordt geaccepteerd en anderzijds dat hij wordt gestuurd en aangesproken op zijn verantwoordelijkheden. Het is voor de intensief jongerencoach onder meer de taak de jongere te helpen en te sturen in het bureaucratische web met alle regels en verplichtingen. En om hem op deze manier te ondersteunen in het vergroten van zijn burgerschap.

Wat toont de praktijk?

- Instabiliteit op veel leefgebieden: huisvesting, financiën, dagbesteding, werk en opleiding.
- Ontbreken van perspectief en hoop.
- Wantrouwen richting 'het systeem', waaronder ook vaak hulpverlening.
- Vastzitten in patronen.

Het complexe aan detentie is, dat er in detentie voordelen zijn die soms worden vergeten. In detentie hebben de jongeren namelijk heel veel structuur, duidelijkheid en zelfs veiligheid. Hiermee kan detentie in sommige opzichten bieden wat jongeren thuis missen. Daarom is de stap naar 'buiten', terug de maatschappij in, soms nog groter. Het is voor een intensief jongerencoach belangrijk om hiervan bewust te zijn.

Perspectief aangeven

Wat we vaak in de praktijk zien is dat jongeren na detentie vrijkomen en dat er weinig stabiliteit is in hun leven. Het ontbreken van dagbesteding, inkomen, huisvesting en het hebben van schulden komt vaak voor bij deze jongeren. Daarnaast zien we ook regelmatig dat jongeren geen perspectief en hoop hebben. En dat zorgt ervoor dat ze niet altijd de urgentie zien om iets aan hun gedrag te veranderen. Als intensief jongerencoach kun je met de jongere kijken wat hem perspectief kan geven. Vooral in de fase kort na vrijlating, kan het voor de jongere helpend zijn om hele kleine stappen te zetten. Deze kleine stappen zorgen voor succeservaringen en zijn bevorderlijk voor de motivatie.

Helpen zaken anders te doen

Soms kan het helpen om zaken tijdelijk even over te nemen en in plaats van het samen te regelen sommige zaken juist vóór de jongere te regelen. Daarnaast kan het helpend zijn om met de jongere te spreken over zijn detentietijd. Hoe heeft hij die tijd ervaren? Wat heeft hij hieraan overgehouden? Welke ideeën heeft hij over zijn toekomst? De jongeren die uit detentie komen, zitten vaak vast in bepaalde patronen. Het kan helpend zijn om met hen te kijken wat patronen en gedrag hen tot nu toe opleveren en wat zij nodig hebben om dat anders te doen. Een houding waarbij je achter de jongere staat en hem op zijn tempo volgt. Maar waarin je ook een voorbeeld bent in gedrag en bijstuurt waar nodig.



Praktische handvatten!

Verderop vind je praktische handvatten over wat effectief blijkt in het werken met jongeren vanuit detentie. Zie hiervoor 'Limited Reparenting' (3.5), Oplossingsgericht coachen (3.1) en Presentiebenadering (3.6).

1.9 Jongeren en schema's (Jongman, 2016)

Wat zegt de literatuur?

Erik Jongman (2016) gaat in zijn boek 'Gevoel is explosief materiaal' in op de inzet van schematherapie bij (onder andere) antisociale jongeren. Hij diept hierin uit literatuur van Jeffrey Young, die uitgaat van achttien disfunctionele schema's die hij aantrof bij mensen met een persoonlijkheidsstoornis. Hij clusterde deze in vijf overkoepelende thema's, ook wel schemadomeinen genoemd. Volgens Jongman zijn deze schema's het beste te omschrijven als het filter waarmee iemand de wereld om zich heen interpreteert, ordent en voorspelt. Dit vormt als het ware de bril waarmee iemand de wereld in kijkt.

Disfunctionerend

De schema's zijn disfunctionerend, omdat ze ontstaan zijn in de voorgeschiedenis en in de huidige situatie waarin iemand verkeert niet werkend zijn (Jongman, 2016). Deze schema's leiden tot verkeerde interpretaties die vaak niet helpen en ook ongezond zijn. Dit laatste, omdat ze heftige emoties als angst en boosheid, maar ook probleemgedrag als agressie, vermijding en paniekgedrag oproepen. Wil je meer weten over de vijf schema's? Bekijk dan de bijlage waarin de verschillende schema's worden uitgewerkt. In het werken met jonge veelplegers ziet Jongman vooral het schema 'onverbondenheid en afwijzing' als relevant (Jongman, 2016). Binnen dit thema staan de volgende schema's op de voorgrond:

1. *Emotionele verwaarlozing*
Verwachting dat eigen emotionele behoefte niet of onvoldoende door de andere worden beantwoord. Gevoel van alleen voelen.
2. *Verlating/instabiliteit*
Verwachting dat iedereen hem of haar in de steek laat. De ander is onvoorspelbaar en onbetrouwbaar in de steun.
3. *Wantrouwen en of misbruik*
Verwachting dat de ander de intentie heeft misbruik van hem te maken, hem zal vernederen of bedriegen.
4. *Minderwaardigheid /schaamte*
Zich innerlijk onvolmaakt voelen. Wanneer de ander hem beter leert kennen bang zijn dat dit gezien wordt en hij daarop wordt afgewezen.

Wat toont de praktijk?

Jongeren...

- lopen op allerlei manieren vast, omdat ze reageren vanuit hun schema's;
- zijn vaak zelf niet bewust van de patronen van reageren;
- hebben geen vertrouwen;
- zijn sterk aftastend;
- vermijden moeilijke situaties.

Bij veel van de jongeren die bij de intensief jongerencoach in begeleiding komen, zal er sprake zijn van een van deze schema's. Ten grondslag aan deze schema's liggen eerdere ervaringen die ertoe hebben geleid dat deze schema's zijn ontstaan. In de praktijk zien we deze schema's naar voren komen in de vorm van jongeren die moeilijke gesprekken uit de weg gaan, die na het missen van enkele afspraken niets meer van zich laten horen, die met instanties (vanuit niet gehoord worden of bang voor afwijzing) moeizaam gesprekken aangaan, en ga zo maar door. Als intensief jongerencoach ben je geen therapeut en ligt het 'oplossen of veranderen' van deze schema's niet in jouw macht. Wel is het goed om je bewust te zijn van mogelijke schema's bij een jongere, zodat je op zijn minst deze schema's niet bevestigt.



Praktische handvatten!

Verderop vind je praktische handvatten over wat effectief blijkt in het werken jongeren, waarbij sprake is van deze schema's. Zie hiervoor 'Limited Reparenting' (3.5) en Presentiebenadering (3.5).



HOOFDSTUK 2

Profielschets van de intensief jongerencoach

Net zoals bij de jongeren is er niet één profiel van de intensief jongerencoach, en zeker geen correct profiel. Om een profiel te schetsen van de intensief jongerencoach zijn enkele bewezen effectieve eigenschappen beschreven. Het verschilt per situatie, per jongere en per intensief jongerencoach of de eigenschappen die je inzet, effectief zijn. Wel zijn dit eigenschappen die over het algemeen gezien breed toepasbaar en effectief zijn. Een intensief jongerencoach moet (in principe) altijd echt en eerlijk zijn. Hij mag niet oordelen en moet zich als een rolmodel opstellen. Het blijft echter een keuze van de intensief jongerencoach welke eigenschap hij wanneer het beste kan gebruiken en waar de nadruk op moet liggen.

2.1 Basishouding: onvoorwaardelijkheid, echtheid en geduld

Wat zegt de literatuur?

Baljon, Pool en Taken (2015) stellen enerzijds dat onvoorwaardelijk positieve aanvaarding een voorwaarde is voor therapeutische verandering. Hierbij stelt de therapeut zich open voor zijn eigen primaire reactie op dat wat de cliënt vertelt. Denk aan nieuwsgierigheid, blijdschap, irritatie of afkeer. Anderzijds betekent aanvaarding voor hen dat de therapeut de eigen reacties op de achtergrond zet om ruimte te maken voor de beleving van de cliënt. De therapeut gaat op zoek naar de persoon achter het (problematische) gedrag. De theorie van 'waardecondities' (conditions of worth) zegt in wezen dat als ouders onvoldoende responsief op hun kind reageren, deze kinderen voorwaardelijkheid in hun zelfbeleving ontwikkelen: 'Ik ben alleen maar oké als ik aan hun verwachtingen voldoe' (Rogers, 1959).

Belangrijke basis leggen

Kortom, het zelfbesef ontwikkelt zich bij het kind in de interactie met de ouder. In feite wil ieder persoon gezien en erkend worden. Erkenning is een van de basisbehoeften uit de piramide van Maslow (1943). De onvoorwaardelijkheid in de coachingsrelatie is van belang, omdat jongeren regelmatig keuzes maken of gedrag laten zien waar iets van te vinden valt. Als intensief jongerencoach is het belangrijk om er ook op deze momenten te zijn en open te staan voor het verhaal en de beleving van de jongere. Hiermee leg je de basis van de werkaliantie en de vertrouwensrelatie (zie 2.5).

Hoe vertaalt zich dit naar de praktijk?

- Oordeel en veroordeel de jongere niet.
- Wees oprecht geïnteresseerd in de beleving van de jongere.
- Wees jezelf; jongeren hebben het feilloos door als je dat niet bent.
- Ga op zoek naar de persoon achter het gedrag.
- Heb geduld; geef de jongere de tijd om jou te leren kennen.

Volgens jongeren is het bevorderlijk als een intensief jongerencoach niet acteert of ingestudeerd gedrag laat zien

De jongeren, waarmee je als je intensief jongerencoach werkt, hebben vaak dingen gedaan die je kunt veroordelen, omdat ze bijvoorbeeld onwettig en onethisch zijn. En nog steeds kunnen zij keuzes maken en gedrag laten zien dat op basis van de algemeen geldende normen en waarden veroordeeld kan worden. Zoals eerder beschreven, zijn deze 'verkeerde keuzes' vaak heel goed te verklaren en vloeien zij vaak voort uit trauma, pijn en externe risicofactoren waar de jongere niet voor heeft gekozen.

Begrip hebben voor keuzes

Natuurlijk spelen de jongeren zelf een (grote) rol in hun keuzes, maar het is niet aan de intensief jongerencoach om hierover te oordelen. Bij het niet veroordelen kun je het begrip mind-mindedness gebruiken. Dit is een concept waarbij, in dit geval, de intensief jongerencoach zich bewust is van het feit dat de jongere een eigen 'mind' heeft en de intensief jongerencoach zich probeert te verplaatsen in de jongere en daarmee begrip ontwikkelt voor zijn of haar keuzes.

Authentiek zijn

Als intensief jongerencoach is het essentieel om de jongeren niet te veroordelen en er juist voor ze te zijn als ze het niet verdienen, want dan hebben ze je het hardste nodig. Voor een coach is het van essentieel belang om authentiek te zijn, om trouw te zijn aan wie je werkelijk bent. Volgens jongeren is het bevorderlijk als een intensief jongerencoach niet acteert of ingestudeerd gedrag laat zien (Gee et al., 2015). Een authentieke houding zorgt in veel gevallen voor een sterkere, echtere band en kan daarmee leiden tot een betere samenwerking met de jongere en een betere overdracht van wat je de jongere wilt meegeven.

2.2 Limited Reparenting met een autoritatieve stijl met de nadruk op transparantie en consistentie

(Jongman, 2016; Pinquart, 2017)

Wat zegt de literatuur?

De autoritatieve opvoedstijl is een manier van opvoeden die tussen een autoritaire en toegevend opvoedstijl in zit. Bij een autoritatieve stijl vindt bij het opvoeden zowel warmte als sturing plaats. Bij een autoritaire stijl worden veel grenzen gesteld en stuurt de opvoeder aan, zonder dat hij steun en warmte geeft. Bij een toegevend opvoedstijl daarentegen wordt er juist steun en warmte gegeven aan het kind, maar worden geen grenzen gesteld en vindt geen sturing plaats. Voor zowel de jongeren die een autoritaire als die een toegevend of autoritatieve opvoeding hebben gekend, is het belangrijk dat de intensief jongerencoach een autoritatieve stijl in zijn begeleiding gebruikt. Het betreft een vorm van 'Limited Reparenting', omdat je de rol van de ouders niet kunt overnemen en eerdere ervaringen al hun invloed hebben gehad.

Tegenervaringen geven

Een beperkte vorm van 'repareren' van de opvoeding betekent vooral jongeren tegenervaringen geven waarin ze wél worden gesteund, waarin ze wél warmte voelen en waarin ze wél de juiste grenzen krijgen (Jongman, 2016). De autoritatieve stijl blijkt gunstig voor de algemene ontwikkeling van het kind (Maccoby & Martin, 1983). Daarnaast zorgt een autoritatieve controle er voor dat externaliserend probleemgedrag

vermindert (Pinquart, 2017). Daarbij gaat transparantie en consistentie over openheid van zaken en het nakomen van afspraken. Hierbij speelt vooral het motto: 'Doe wat je zegt en zeg wat je doet'.

Hoe vertaalt zich dit naar de praktijk?

- Stel redelijke en duidelijke grenzen.
- Geef uitleg (waarom je iets doet of zegt).
- Toon begrip.
- Wees democratisch: pleeg overleg met de jongere.
- Wees warm en geef steun.
- Wees transparant.
- Wees consistent.
- Zorg dat je redenen geeft dat ze je vertrouwen.
- Werk aan het verminderen van wantrouwen van alles en iedereen.



Aangezien jongeren uit deze doelgroep - door eerdere ervaringen en/of straatcultuur - vaak veel wantrouwen hebben, is het belangrijk geen reden te geven dat hun wantrouwen versterkt. Probeer daarom transparant en consistent te zijn. Door open en helder te zijn en je afspraken (altijd) na te komen, merken de jongeren dat je te vertrouwen bent. Kun je jouw woord niet nakomen, dan is het van groot belang dat je uitlegt waarom je dat niet lukt. Op die manier kunnen de jongeren dit begrijpen. Beloof geen dingen als je dat niet kunt waarmaken.

Onvoorwaardelijkheid

Verder is het bij 'Limited Reparenting' een kwestie van invoelen en responsiviteit tonen. Een kernbegrip hierin is dan ook 'onvoorwaardelijkheid'. De intensief jongerencoach staat (in principe) altijd voor de jongere klaar, ook als die fouten maakt. Klaar staan voor een jongere betekent overigens niet dat je alles voor de jongere moet doen. Wel dat je bereikbaar bent, aanwezig bent, luistert en de jongere een goed gevoel geeft. Dit sluit naadloos aan bij de autoritatieve stijl die gebruikt kan worden in de opvoeding.

Toon begrip

Er zijn duidelijke regels, maar je hoeft de jongere niet te straffen als hij die overtreedt. Boos zijn is hierbij niet nodig, het gaat eerder om uitleggen waarom deze regels er zijn en wat er gebeurt als de jongere ze overtreedt. Het betreft daarmee een stuk rechtvaardigheid, waarbij jongeren streng worden aangesproken, eerder dan dat ze boos worden benaderd. Daarnaast is het net zo belangrijk dat de intensief jongerencoach warmte en responsiviteit toont. Wees begripvol, luister naar de jongere en sta voor hem klaar, ook als hij dat niet verdient.

*Wees begripvol,
luister naar de jongere
en sta voor hem klaar*

2.3 Wees een rolmodel (Spruit et al., 2018)

Wat zegt de literatuur?

Een rolmodel kan zowel negatieve als positieve uitwerkingen hebben (Spruit et al., 2018). Het is de taak van de intensief jongerencoach om voor de jongere een positief rolmodel te zijn. Het is van essentieel belang dat je als rolmodel gedragingen vertoont die de jongere kan en mag imiteren om beoogde veranderingen teweeg te brengen. Het is echter ook belangrijk om er rekening mee te houden dat jongeren zich niet kunnen identificeren met iemand die te ver van ze af staat. Het is dus cruciaal om niet een perfect schoolvoorbeeld neer te zetten dat voor de jongeren niet valt na te streven. Het gaat om een realistisch voorbeeld geven, waarin gewenste gedragingen vooraanstaand zijn, maar ook menselijke fouten en bijvoorbeeld lichte overtredingen van regels acceptabel zijn.

Hoe vertaalt zich dit naar de praktijk?

- Wees een positief rolmodel.
- Wees geen schoolvoorbeeld.
- Vertoon vooral gewenste gedragingen.
- Fouten zijn menselijk en acceptabel.
- Rolmodel kan ook iemand uit de omgeving zijn.



In feite gaat het zijn van een rolmodel in de rol van intensief jongerencoach over het voorleven van passend of gewenst gedrag. Dat houdt in dat de jongere niet het gevoel krijgt dat hij een modelburger hoeft te zijn. Hij mag fouten maken en op zijn eigen manier met bepaalde dingen omgaan

Voorbeeld stellen

Hierbij gaat het erom dat de intensief jongerencoach een voorbeeld stelt. Hoe begroet je bijvoorbeeld mensen? Hoe reageer je op hen? Wat zeg en doe je als je bij instanties binnenkomt? Hoe ga je met anderen om in een onbekende omgeving? Het effect: de jongere ziet wat dit gedrag oplevert en neemt dat gedrag mogelijk over. Daarnaast is de intensief jongerencoach ook in de samenwerking een rolmodel. Hij kan zijn eigen verwachtingen rond de samenwerking op die manier naar de jongere uiten. Wanneer je als coach te laat komt, is het daarom belangrijk dat je laat weten dat je te laat komt. Wanneer je bijvoorbeeld iets niet hebt gedaan wat je de jongere wel had beloofd, bied je jouw excuses aan. Daarmee laat je gewenst gedrag zien en hoop je dat de jongere dit ergens opslaat en overneemt. In de coachende vorm ben je een rolmodel door in gesprek de jongere te wijzen op gevolgen van (negatieve) gedragingen en hem, zeker in de praktijk, daarin te sturen en erover in gesprek te gaan.

2.4 De therapeutische relatie en een vertrouwensband (Jongman, 2016; Roest, 2020)

Wat zegt de literatuur?

In de jeugdhulpverlening blijkt de therapeutische relatie een voorspeller van behandelsucces. Een therapeutische relatie wordt ook wel de werk-alliantie genoemd, waarbij een samenwerking plaatsvindt waar beide partijen voordeel van hebben. Naast een professionele band is het dus van belang dat er een persoonlijke en emotionele vertrouwensband is tussen coach en jongere (Jongman, 2016).

Overdracht en tegenoverdracht

Tussen een coach en een jongere spelen, evenals in andere relaties, patronen en overdrachten waarvan de coach zich bewust moet te zijn. En evenals in elke andere relatie kan de één bij de ander vervelende gevoelens oproepen zonder dat diegene zich daarvan bewust is. Hetgeen wat je als intensief jongerencoach oproept bij de jongere heet overdracht. Wat de jongere bij jou als intensief jongerencoach oproept, heet tegenoverdracht. Het is belangrijk om bewust te zijn welke overdrachten plaatsvinden en daarbij kan het werken om deze overdrachten bespreekbaar te maken.

Hoe vertaalt zich dit naar de praktijk?

- Een persoonlijke en emotionele band kan helpen in het behandelsucces.
- Bouw aan een emotionele vertrouwensband.
- Werk samen: stel doelen op en evalueer.
- Wees aardig, wees echt.
- Wees bewust van overdracht en tegenoverdracht (maak zo nodig bespreekbaar).
- Een band opbouwen kost vooral veel tijd.
- Het is veel investeren en moeite doen voor de jongere.

Veel van de jongeren die bij een intensief jongerencoach terecht komen, hebben al één of meerdere hulpverleners gekend. Daar zitten positieve ervaringen bij, maar helaas kenmerkt dit hulpverleningscontact zich vaak door negatieve ervaringen. Als intensief jongerencoach is het opbouwen van de werk-alliantie en de vertrouwensband van wezenlijk belang om het begeleidingstraject zo effectief mogelijk te maken. Dat houdt in dat de intensief jongerencoach de jongere bij staat en hem volgt. Het opbouwen van deze werk-alliantie en vertrouwensband kan een grote stap zijn voor een jongere. Zeker wanneer er sprake is van negatieve ervaringen met vertrouwen is het belangrijk de jongere tijd te geven om jou als intensief jongerencoach te leren kennen. Essentiële handvatten daarvoor vind je in de eerder beschreven onderdelen over de basishouding (2.1) en limited reparenting (2.2).



Praktische handvatten!

Verderop vind je praktische handvatten over wat effectief blijkt voor het ontwikkelen en bestendigen van de werk-alliantie en de vertrouwensband. Lees hiervoor limited reparenting (3.5) en de presentatiebenadering (3.6).

Als ik je vraag naar mij te luisteren en je begint mij adviezen te geven, dan doe je niet wat ik je vraag.

Als ik je vraag naar mij te luisteren en je begint mij te vertellen waarom ik iets niet zo moet voelen als ik het voel, dan neem je mijn gevoelens niet serieus.

Als ik je vraag naar mij te luisteren en jij denkt dat je iets moet doen om mijn problemen op te lossen, dan laat je mij in de steek, hoe vreemd dat ook mag lijken.

Dus, alsjeblieft, luister alleen maar naar me en probeer me te begrijpen. En als je wilt praten, wacht dan even en ik beloof je dat ik op mijn beurt naar jou zal luisteren.

Leo Buscaglia

2.5 Samenvattend: systematische zelfreflectie

Wat zegt de literatuur?

Bedenk wat je doet, bedenk waarom je iets doet; bedenk of het werkt. Probeer altijd na te gaan of hetgeen wat je doet de jongere helpt en niet meer schade aanbrengt. Bedenk welke houding het beste voor jou werkt en welke techniek het meest effectief is voor de jongere op dat moment. Dit betekent niet dat je hoeft te over-analyseren. Het gaat erom dat je bewust bent van wat je doet om als intensief jongerencoach, binnen jouw eigen krachten, de jongeren zo effectief mogelijk te begeleiden.

Praktisch:

1. Bedenk wat voor jou als intensief jongerencoach het best werkt.
2. Ga na wat niet werkt en wat je anders kan doen.
3. Ga na wat goed gaat en wat juist werkt (en blijf dat doen).
4. Achterhaal waar de jongere behoefte aan heeft.
5. Bespreek met collega's waarover je twijfelt.
6. Over-analyseer niet, maar wees bewust van je begeleiding en je krachten.
7. Overleg met de gedragswetenschapper.





HOOFDSTUK 3

Aanpak in de praktijk



In dit hoofdstuk gaan we uit van de eerder beschreven hoofdstukken; deze vormen de basis voor de praktische handvatten. Vanuit de beschreven problematiek en attitude van de intensief jongerencoach die daarbij aansluit, nemen we in dit hoofdstuk passende methodieken door. Hierin vind je praktische uitgangspunten, kernactiviteiten en bijbehorende technieken. Voor meer informatie raden we aan een training te volgen of de bijhorende literatuur te lezen.

3.1 Oplossingsgericht coachen



Theoretisch kader

Gingerich et al., 2012; Gingerich & Peterson, 2013;
De Jong & Kim Berg, 2015; De Shazer & Dolan, 2009.

Leestip

Oplossingsgericht werken, Cora Bartelink, NJI & De kracht van oplossingen, Handboek
Oplossingsgericht werken, Peter de Jong en Insoo Kim Berg

Praktische uitgangspunten

1. Doe meer van wat werkt.
2. Focus op de toekomst.
3. Wat er goed gaat.
4. Wat hij/zij al min of meer succesvol heeft gedaan.
5. Wat hij/zij zich als nabije toekomst wenst.
6. Welke doelen hij/zij daarvoor kan stellen.
7. Welke (kleine) stappen hij/zij in die richting kan zetten.
8. Wie hem/haar daar eventueel bij kan helpen.
9. De toekomst is maakbaar en onderhandelbaar (mensen zitten niet vast aan verleden, cultuur, sociale status of mentale staat).
10. Doe het stap voor stap.

Kernactiviteiten

1. Problempresentatie en onderzoek naar de perceptie; breng het probleem en de perceptie van de jongere daarover in beeld, om zo te kijken wat de jongere daarna wil.
2. Ontwikkeling van doelen op basis van de gewenste situatie; kijk samen met de jongere naar wat de huidige problemen zijn en hoe die zich ontwikkelt in de richting van de gewenste situatie.
3. Vinden van uitzonderingen; kijk samen naar de momenten dat de jongere de problemen niet of minder ondervindt.
4. Formuleren van een volgende stap; gebruik de positieve uitzonderingen en probeer daar meer van te doen en daar een volgende stap in te maken.
5. Monitoren van de vooruitgang; kijk samen naar wat er beter gaat, wat er anders gaat en wat er nog meer kan helpen.



Technieken

1. *Stel doelvragen*
Probeer ervoor te zorgen dat de jongere concrete doelen construeert. Wat wil je precies bereiken (ook in detail)? Wat is (heel concreet) je doel?
2. *Stel schaalvragen*
Probeer ervoor te zorgen dat de jongere zijn doelen en vooruitgang visualiseert en dat hij dit met cijfers kan aangeven. Op een schaal van 1 tot 10, waar ben je nu? Als je doel een 10 is, waar sta je nu dan? Hoe ver was je een paar maanden geleden?
3. *Stel uitzonderingsvragen*
Probeer met de jongere te kijken naar wanneer het probleem minder is en waardoor dat komt. Wanneer is probleem er niet? Op welke momenten ervaart hij zijn probleem minder?
4. *Geef welgemeende complimenten*
Geef de jongere indirecte complimenten, zodat hij meer inzicht krijgt in zijn kwaliteiten en bewust wordt van zijn eigen competenties.
5. *Zet kleine stappen*
Probeer ervoor te zorgen dat de jongere handigheid krijgt in het zetten van eerste, kleine stappen. En dat hij zich daar bewust van wordt.
6. *Stel de wondervraag*
Probeer bij de jongere bewustwording te creëren over wat zijn ideale situatie zou zijn. Bijvoorbeeld: "Stel je wordt wakker en al je problemen zouden weg zijn, hoe zou dat er uit zien?"

3.2 LVB



Moonen & Helmond, 2020; NJI, 2012; SJI, 2019

Leestip

Solution-Focused Brief Therapy: A Handbook of Evidence-Based Practice, Gingerich, Wallace, Kim, et al. & NJI, LVB, Wat werkt bij jeugdigen met een licht verstandelijke beperking?, Mariska Zoon

Praktische uitgangspunten

1. Neem wat meer de tijd (maar maak afspraken niet te lang!).
2. Doe minder dan je normaal zou doen.
3. Laat veel zien.
4. Maak kleine stappen.
5. Leg uit, bespreek, geef aanwijzingen.
6. Soms is het verbale vermogen sterker dan het performale vermogen, waardoor LVB kan worden 'verbloemd'; het is dus niet altijd zichtbaar.

Kernactiviteiten

1. Stem de communicatie af; vereenvoudig het taalgebruik.
2. Wees concreet; gebruik voorbeelden, gebruik herhaling.
3. Visualiseer dingen.
4. Help met structureren en vereenvoudigen.
5. Betrek het sociale netwerk.
6. Creëer een veilige en positieve leeromgeving.



Technieken

1. Controleer of je boodschap is overgekomen, of de jongere snapt wat je bedoelt.
2. Gebruik voorbeelden en beelden.
3. Wees concreet, kort en duidelijk.
4. Gebruik herhaling.
5. Houd gesprekken kort en voeg zo mogelijk ook activiteiten toe.

42

3.3 Motiverende gespreksvoering



Leestip

Motiverende gesprekvoering, mensen helpen veranderen, WR. Miller & H36: Behandelmotivatie, Petra Helmond & Annemiek Harder, uit Handboek Forensische Orthopedagogiek. Self-Determination Theory, Van Ryan & Deci. Coachen 3.0 Motiverende gespreksvoering, S. Van der Pluim.

Praktische uitgangspunten

1. Motivatie is te veranderen.
2. Motivatie is essentieel voor een effectief proces.
3. De jongere zal eerst zijn probleem moeten (h)erkennen.
4. Motivatie ontwikkelt zich aan de hand van WeRKeN: een jongere moet Willen, moet Redenen hebben, moet het Kunnen en moet de Noodzaak inzien. Pas dan zal de motivering WeRKeN.
5. Daarnaast ontwikkelt motivatie zich bij de jongere als hij:
 - autonomie ervaart - hij kan zelf richting geven en keuzes kan maken in het proces;
 - competenties heeft - hij heeft vertrouwen in zijn eigen kwaliteiten;
 - verbondenheid voelt - hij heeft relaties die hem voldoende ondersteunen.

Dit wordt de 'Zelf-Determinatiebenadering' genoemd. Volgens deze theorie moeten jongeren autonomie, competentie en verbondenheid ervaren om tot motivatie en zelfontwikkeling te komen. Lees verder in Self-Determination Theory, van Ryan & Deci, 1985.

Kernactiviteiten

1. Schrijf met de jongere de doelen op die hij heeft.
2. Schrijf op wat de voordelen en nadelen zijn van gedrag en doelen. Richt je daarbij vooral op de voordelen van gedragsverandering.
3. Verdiep je in de fasen van motivatie. Ga na waar een jongere in zijn motivatie zit en hoe je daar bij aan kunt sluiten met de vragen die je stelt (zie de fasen van motivatie in de bijlage).
4. Focus je op 'verandertaal' in plaats van 'behoudtaal': stel vooral vragen over waarom de jongere wél zou willen veranderen in plaats van waarom niet.
5. Probeer de jongere zelf te laten zeggen hoe belangrijk het voor hem is en probeer hier op door te vragen. Hoe meer redenen de jongere zelf geeft, des te meer hij gaat beseffen hoe belangrijk het is om werkelijk te veranderen.



Technieken

1. Bied structuur.
2. Geef duidelijke en objectieve informatie over gedrag en uitkomsten.
3. Geef positieve feedback.
4. Ondersteun autonomie en vermijd dwang.
5. Ga mee in weerstand; ga niet tegen de jongere in bij weerstand, weerstand is een teken dat je iets anders moet doen.
6. Laat de jongere beslissen over zijn veranderproces.
7. Werk vanuit empathie; leef je in en laat merken dat je dit doet.
8. Toon begrip voor de situatie van de jongere en vermijd oordelen.
9. Vraag een cijfer te geven voor hoe belangrijk de verandering is. Vraag na waarom dit cijfer niet lager is. Daarmee focus je op wat er wél al is en daarmee dus ook op wat belangrijk is.
10. Vraag een cijfer te geven voor het vertrouwen dat de jongere heeft in het veranderproces en kijk samen hoe je dit cijfer kunt verhogen.
11. Gebruik beide cijfers om in vervolgspraken te kijken of die cijfers omhooggaan.

3.4 Veerkracht



Leestip

Position Paper Veerkrachtig opgroeien, Levi van Dam & Esther Alblas

Praktische uitgangspunten

1. Veerkracht betekent je kunnen aanpassen aan stress en tegenslagen.
2. Help jongeren veerkrachtig te worden, want stress en tegenslagen heeft elk mens, zorg dat je jongeren 'empowered', zet ze in hun eigen kracht.
3. Veerkracht richt zowel op de persoon als op de omgeving; gebruik een ecologisch perspectief (omgeving wordt ingezet).
4. Wees bewust van het netwerk en de context van de jongere.
5. Kijk niet alleen naar problemen die een jongere heeft, maar ook naar wat hij goed kan en al wél heeft.

Kernactiviteiten

1. *Gebruik sociale vindingrijkheid*
Probeer relaties rond de jongere te onderhouden en te benutten. Probeer de gehele context rond de jongere te zien. Zoek bijvoorbeeld, in overleg met de jongere, ook contact met docent, ouder, broer en reclasseringswerker, en betrek hen in het proces. Het netwerk krijgt hierdoor meer kracht.
2. *Stimuleer de eigen kracht van de jongere*
Sluit aan bij een jongere met een sessie sport, kunst of iets anders wat hij leuk vindt. Hiermee kun je aansluiten op zijn belevingswereld en kun je zijn talent en/of plezier stimuleren. Wees creatief en probeer het talent in de jongere naar boven te halen.
3. *Stimuleer de veerkracht van de jongere*
Leg daarvoor uit dat elke tegenslag te overwinnen is en probeer reële voorbeelden van de jongeren zelf te gebruiken. Gebruik dus aanknopingspunten als hij enigszins iets (veer) krachtigs laat zien. Daarmee kun je uitleggen dat als hij dit kan, dat hij dan ook andere dingen kan overwinnen.
4. *Stimuleer een veerkrachtig netwerk*
Zet daarvoor een JIM (Jouw Ingebrachte Mentor) in. Een JIM is boven de 18, heeft positieve invloed op de jongere, is te vertrouwen en kan een extra tool zijn naast de intensief jongerencoach, wanneer de jongere hier mogelijkheid toe heeft. Een positieve mentor uit het eigen netwerk kan bijvoorbeeld een familielid, leraar of vriend zijn. Een JIM kan ervoor zorgen dat de veerkracht meer duurzaam wordt. Check de site van JIM en betrek een collega die bekend is met de JIM-methodiek.

JIM: Jouw Ingebrachte Mentor

Laat jongeren zelf een ingebrachte mentor kiezen. Vraag of de jongere een volwassene kent die hem in lastige situaties kan steunen of helpen.

Vraag bijvoorbeeld: wie moedigt jou aan om je best te doen, wie steunt je als je het moeilijk hebt en wie bel je als je het moeilijk hebt?

3.5 Limited reparenting



Leestip

Gevoel is explosief, Jongman & Schaafsma, 2016

Praktische uitgangspunten

1. Bied een tegenervaring. Geef juist wel steun, aandacht en veiligheid. Zie en waardeer juist wel die ander, en blijf juist wel als het moeilijk wordt (laat de jongere niet in de steek).
2. Door het bieden van een tegenervaring werk je samen met de jongere aan het veranderen van patronen en gedrag.

Kernactiviteiten

1. Doe niet wat al is gedaan is; denk anders. Weet wat er al is gedaan, vraag naar het verleden, de opvoeding en de eerdere hulpverlening.
2. Blijf bij de jongere; ook bij boosheid, ongewenst gedrag en/of vermijding.
3. Bied ruimte voor de beleving van de jongere.



Technieken

1. Spreek met de jongere over zijn ervaringen.
2. Spreek de jongere aan op zijn beleving. "Vertel eens, hoe jij dat hebt beleefd? Hoe zie jij dat?"
3. Stel in de begeleiding onvoorwaardelijkheid op de voorgrond.
4. Geef woorden als de jongere die zelf niet kan vinden. "Deze situatie lijkt me heel lastig voor je en ik zie ook dat het je spanning geeft."
5. Check of dingen kloppen als je iets aan de jongere over zijn gedrag teruggeeft. "Corrigeer me als ik het niet goed zeg, maar ik heb het idee dat jij (...) doet omdat (...) en daarvoor voel jij (...)."

3.6 Presentiebenadering



Leestip

De theorie van presentatiebenadering, A. Baart (2004)

Praktische uitgangspunten

1. Er met en er voor de jongere zijn.
2. Steun en erkenning geven dat de ander er mag zijn.
3. Vertraagde vorm van werken: verdragen wat niet kan en blijven bij wat niet goed komt.
Hoe geef je je leven vorm met de belemmeringen die er zijn en die niet veranderbaar zijn?

Kernactiviteiten

1. Ga uit van er zijn: opbouwen van het contact en de vertrouwensband is belangrijker dan de doelen.
2. Volg het tempo van de cliënt.
3. Ga niet afbakenen. Zorg ervoor dat ook andere thema's dan de eerder gestelde doelen de ruimte krijgen als de jongere daar behoefte aan heeft.



Technieken

1. Luister met aandacht.
2. Speel in op de vraag en behoefte van de jongere.
3. Pas flexibiliteit toe in ruimte, tempo en plaats.
4. Beweeg als basis naar de ander toe.
5. Kies er waar nodig voor om 'formele dingen' te laten. Denk aan een ondersteuningsverslag.
6. Voer geen bureaugesprekken, maar praat tijdens het doen van dingen; sluit aan bij levensloop en leefwereld van de jongere.

AFSLUITENDE BOODSCHAP

Kies het juiste gereedschap

Deze blauwdruk biedt handvatten aan alle geïnteresseerden en aan iedereen die werkt met en rondom jongeren. Zoals eerder genoemd, zijn de handvatten niet alles omvattend. De richtlijnen van deze blauwdruk kunnen voor iedereen anders werken, omdat er niet één juiste manier is om met jongeren te werken. Alleen al omdat iedere jongere anders is, werken de tools en technieken niet bij iedereen even goed. Daarnaast is net zo goed iedere intensief jongerencoach (gelukkig) verschillend en werkt de ene techniek wel voor de ene intensief jongerencoach en voor de andere intensief jongerencoach niet of minder.

Wat bij jou past

Daarom is het van essentieel belang dat intensief jongerencoaches kijken naar wat bij hen zelf past. Gebruik alleen een techniek of houding als die bij jou past en welke op dat moment goed voelt en aansluit bij de jongere in kwestie. Zie de blauwdruk als een gereedschapskist; je kiest alleen gereedschap wat past bij het voorwerp, waar jij mee kan omgaan en wat je op dat moment nodig hebt.

Authentiek zijn, geduld hebben

Verder raden we sterk aan om verder te lezen. Lees bijvoorbeeld literatuur over het werken met jongeren en artikelen over effectieve interventies. Creëer hiermee je eigen stijl van werken en bouw kennis op over jongeren en intensieve jongerencoaching. Blijf hierin authentiek, wees oprecht en veroordeel jongeren vooral niet. Sta bovenal klaar wanneer de jongeren je nodig hebben. Besef dat het kan voelen alsof klaarstaan voor een jongere het enige is wat je doet. Maar wees ervan bewust dat geduld noodzakelijk is voor elk proces met jongeren, omdat verandering veel tijd nodig heeft, vooral in het geval van deze doelgroep.

Humor inzetten

Om dit gehele proces dragelijker te maken, is er een niet overschatten element: humor. Je kunt humor inzetten om met de jongere te binden, om voor beiden stress te verminderen en om onderwerpen luchtig te houden. Tot slot, gebruik vooral je eigen krachten en kwaliteiten en - nogmaals - kies het juiste 'gereedschap' om de jongere daarmee een stapje verder te helpen. Succes!

LITERATUUR

Abdallah – Talentgericht werken met kwetsbare jongeren

Arntz, A. & Jacob, G., (2011). Schematherapie: een praktische handleiding.

Via: <https://www.boompsychologie.nl/media/4/9789057123542.pdf>

APA (2014). Handboek voor de classificatie van psychische stoornissen (DSM-5).

Nederlandse vertaling van Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders 5th Edition.

Arlington: American Psychiatric Association.

Assink – Risk factors for persistent delinquent behavior among juveniles

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26301752>

Baart, A. (2004). Een Theorie van de Presentie. Boom Lemma Uitgevers: Den-Haag

Baljon, M., Pool, G., & Takens, R.J., (2015). Persoonsgerichte therapie in de praktijk:

Emotiegericht, procesgericht, clientgericht. Amsterdam: Hogrefe Uitgevers

Carver - Becoming Oneself: The Central Role of Self-Concordant Goal Selection

<https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/1088868314538549>

Crissie James – Nazorg na detentie https://pure.uva.nl/ws/files/4502533/159912_07_Back_matter.pdf

Dam - Position paper – Veerkrachtig opgroeien <https://www.spirit.nl/wp-content/uploads/2016/11/Position-paper-Veerkrachtig-opgroeien.pdf>

Gee, de A., Zijlstra-Vlasveld, M., Leone, M., Boon, B., & Poel, van der A. (2015). Strategische

verkenning. De effectiviteit van de inzet van rolmodellen in leefstijlcampagnes. Netherlands

Institute for Health and Addiction: Trimbos Instituut

Handboek Forensische Orthopedagogiek (Ervaringsgericht & Cultuur)

Jongman – Gevoel is Explosief Materiaal. Ambulante Behandeling bij jonge Veelplegers

https://www.dsp-groep.nl/wp-content/uploads/15KSboek_Gevoel_explosief_materiaal_Veelplegers_Ebook.pdf

Kuiper & Bannink – Veerkracht. Bevorderen van Veerkracht in Jeugdhulpverlening https://www.fredrikebannink.com/bannink/wp-content/uploads/2012/07/Veerkracht_KAP20123.pdf

Rigter, J. (2016). Handboek Ontwikkelingspsychopathologie. Coutinho: Bussum

Roest – Therapeutische Relatie

Spruit, A., Put, van der C., Vugt, van E., & Stams, G.J. (2018). Predictors of Intervention.

Success in a Sports-Based Program for Adolescents at Risk of Juvenile Delinquency.

International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology, 62(6), 1535-1555.

doi:10.1177/0306624X17698055

Strijen, Van F. (2009). Van de Straat, Straatcultuur van Jongeren Ontrafeld. SWP Uitgeverij:

Amsterdam

Visser, C. (2009). Doen wat werkt, Oplossingsgericht werken, coachen en managen.

Van Duuren Media B.V.: Culemborg

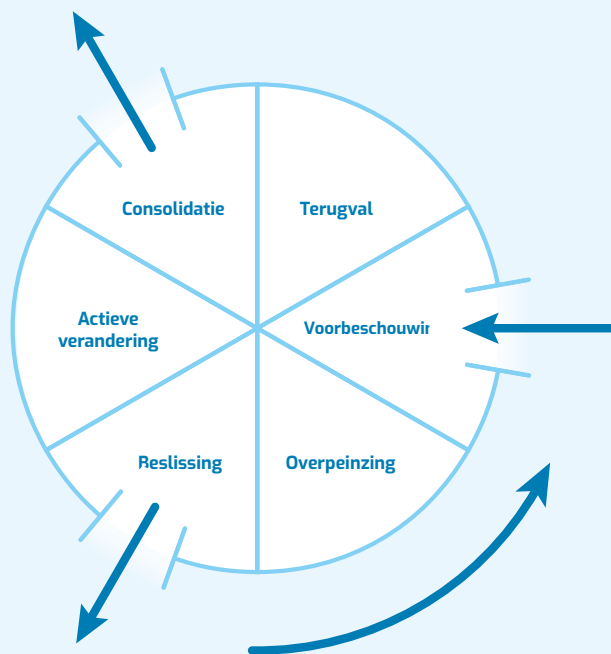
Zoon - Wat werkt bij jeugdigen met een licht verstandelijke beperking?

https://www.nji.nl/nl/Download-NJi/LVB_Wat_werkt.pdf

BIJLAGEN

A. Model van verandering: prochaska en diclemente

Voor een uitgebreide uitleg over de fasen zie: <https://husite.nl/kus/wp-content/uploads/sites/208/2018/11/Handout-motivatiecirkel-Moviera.pdf>



49

B. Overzicht schema's Jeffrey Young

Schemadomeinen	Schema's
Onverbonden en afwijzing	<ul style="list-style-type: none"> • Verlating/instabiliteit • Wantrouwen/misbruik • Emotionele verwaarlozing • Minderwaardigheid/schaamte • Sociaal isolement/vervreemding
Verzwakte autonomie en verzwakte prestatie	<ul style="list-style-type: none"> • Afhankelijkheid/onbekwaamheid • Kwetsbaarheid voor ziekte en gevaar • Verstremgeling/kluwen • Mislukking
Verzwakte grenzen	<ul style="list-style-type: none"> • Zich rechten toe-eigenen • Gebrek aan zelfbeheersing/zelfdiscipline
Gerichtheid op de ander	<ul style="list-style-type: none"> • Onderwerping • Zelfopoffering • Goedkeuring en erkenning zoeken
Overmatige waakzaamheid en inhibitie	<ul style="list-style-type: none"> • Negativiteit en pessimisme • Emotionele geremdheid • Meedogenloze normen/overdreven kritisch • Bestraffende houding

Bron: <https://www.boompsychologie.nl/media/4/9789057123542.pdf>

COLOFON

Dit is een uitgave van:
Exodus (www.exodus.nl)

Tekst: Camiel Hageman en Nienke Boerma
Eindredactie: Ruud Slagmolen, www.ruudslagmolen.nl
Foto's/beeldmateriaal: Nienke Boerma, www.nmbfotografie.nl
Vormgeving: Len Blonk, www.vadding.studio

© Rotterdam, 2021. Alle rechten voorbehouden.

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op enige andere manier zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

BLAUW DRUK

*Richtlijnen voor intensieve
jongerencoaching*

